TORTA FIT DE FRANGO CREMOSA

INGREDIENTES

4 ovos

1 lata de milho

1/4 de xícara (chá) de óleo

1 xícara (chá) de leite (integral ou semi)

1 xícara (chá) de aveia (flocos ou farelo)

1 colher (sopa) de fermento em pó

200 g de filé ou peito de frango cozido e desfiado

2 tomates picadinhos

salsinha e orégano a gosto

1 colher (chá) de sal

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ovos, o milho, o óleo, o leite e o sal até obter uma massa homogênea

Acrescente o orégano, o cheiro

Use o botão

Adicione em seguida o frango desfiado e os tomates com a ajuda de uma espátula; misture bem

Despeje em forma untada e enfarinhada

Leve ao forno preaquecido a 200

Desenforme ainda morno

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10028-torta-fit-de-frango-cremosa.html